

## MENU' SCUOLA DELL'INFANZIA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana	Pasta al pomodoro Petto di tacchino/pollo al forno Cavolfiore al vapore Radicchio	Risotto o orzotto con verdure di stagione Uovo sodo o in frittata al forno (con o senza verdure di stagione) Carote grattugiate Fagiolini all'olio	Brodo vegetale con pastina Spezzatino di manzo con polenta (e patate se non presente il primo) Stuzzichini di finocchio, carote e sedano <i>Variante: Passato di verdura con pasta, riso o crostini*</i> <i>Fettina di manzo al pomodoro e patate</i> Stuzzichini di finocchio, carote e sedano	Crema di verdure con pasta o riso Caciotta fresca Piselli in padella Insalata a striscioline con pomodori (o altra verdura cruda) <i>Variante: crema di piselli con riso o orzo</i> caciotta fresca carote lessate e verdura cruda	Fusilli biancaneve o al pesto leggero Crocchette di merluzzo al forno Spinaci all'olio
2° settimana	Mezze penne alle verdure Polpette di carne Radicchio <i>Variante del secondo piatto: fettina di manzo</i>	Risotto o orzotto alle verdure di stagione Frittata (con o senza verdure di stagione) Spinaci Finocchi julienne	Crema di carote con pasta Petto di pollo o tacchino al forno Purè Verdure crude miste di stagione	Brodo di verdure con pastina o riso Pizza Margherita Verdure miste di stagione	Conchigliette rosse di Alice o pasta al pesto leggero Pesce al forno o al vapore Zucchine Verdura cruda di stagione
3° settimana	Risotto o orzotto con verdure Frittata al forno (con o senza verdure di stagione) Carote al vapore e piselli <i>variante del primo piatto: passato di verdure con riso, pastina o crostini</i>	Fusilli all'olio e parmigiano Petto di tacchino o pollo al forno Fagiolini all'olio Carote grattugiate	Crema di carote con pasta Caciotta fresca Patate lesse Verdura cruda mista di stagione	Pasta al ragù di carne Insalata a striscioline Macedonia di verdure cotte di stagione con patate <i>(in alternativa, pasta al pomodoro, macinato di carne e macedonia come prevista)</i>	Pasta al pomodoro Merluzzo al forno Carote al vapore Verdura cruda mista di stagione
4° settimana	Pasta e fagioli Prosciutto cotto magro senza polifosfati aggiunti Radicchio Carote lessate <i>variante estiva del primo piatto: pasta al pomodoro o al pesto</i>	Gnocchi o pasta al pomodoro Uovo sodo o tonno all'olio Finocchi julienne Piselli in tegame	Insalata a striscioline Pasta o gnocchi al ragù di carne Macedonia di verdure cotte di stagione con patate <i>(in alternativa, pasta al pomodoro, macinato di carne e macedonia come prevista)</i>	Brodo di verdure con pastina o misto di verdure al vapore con patate Pizza Margherita Radicchio	Risotto o orzotto Arlecchino Pesce al forno Radicchio

Verdura e frutta potranno variare per tipologia, seguendo sempre il criterio della stagionalità (si ricorda che patate e legumi non sono verdura). Ad ogni pasto verranno servite una porzione di pane, preferibilmente integrale, ed una porzione di frutta fresca. I legumi suggeriti per alcune ricette potranno variare (tra fagioli, piselli, ceci, lenticchie); lo stesso per i cereali (tra riso, pasta, farro, orzo, segale, avena, mais) e per il pesce (tra halibut, platessa, persico, seppie).

508  
 30/07/14